

Согласовано
старшая медсестра МБДОУ
«Детский сад №7»
_____ Д.И. Ромаметьева

«Утверждаю»
Заведующий МБДОУ
«Детский сад №7»
_____ Е.А.Грицук

Принят
на педагогическом совете
МБДОУ «Детский сад №7»
Протокол № 1 от 28.08. 2025 г.

**Режим дня
(холодный период)
в группах
муниципального бюджетного дошкольного
образовательного учреждения «Детский сад
комбинированного вида №7 «Золотая рыбка»
Менделеевского муниципального района
Республики Татарстан
на 2025-2026 учебный год**

Режим дня
1 младшая группа №3
2-3 года

Холодный период Көндәлек режим

ВРЕМЯ ПРОВЕДЕНИЯ	РЕЖИМНЫЙ МОМЕНТ				
6.00-8.00	Прием детей, свободная игра				
8.00-8.10	Утренняя гимнастика				
8.10-8.20	Гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность,				
8.20-8.40	Подготовка к завтраку. Завтрак				
8.20-8.35	Гигиенические процедуры				
8.35 – 9.00	Подготовка к ОД, самостоятельная деятельность				
ОД (по подгруппам)	9.00-9.30	8.40-8.50	9.00-9.30	8.40-8.50	9.00-9.30
	9.40-9.50	9.00-9.30	9.40-9.50	9.00-9.30	9.40-9.50
9.50 – 10.00	Второй завтрак				
10.00-11. 15	Подготовка к прогулке, прогулка				
11.15 -11.30	Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность				
11.30 -12.00	Подготовка к обеду. Обед				
12.00 -15.00	Подготовка ко сну. Сон				
15.00 -15.15	Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры				
15.15 – 15.25	Подготовка к полднику. Полдник				
15.25 – 16.00	Самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы, игры				
16.00 – 16.30	Подготовка к ужину. Ужин				
16.30-17.00	Подготовка к вечерней прогулке, прогулка				
17.00-18.00	Игры, самостоятельная деятельность, уход детей домой				

Режим дня
1 младшая группа №1
2-3 года

Холодный период Көндәлек режим

ВРЕМЯ ПРОВЕДЕНИЯ	РЕЖИМНЫЙ МОМЕНТ				
6.00-8.00	Прием детей, свободная игра				
8.00-8.10	Утренняя гимнастика				
8.10-8.20	Гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность,				
8.20-8.40	Подготовка к завтраку. Завтрак				
8.20-8.35	Гигиенические процедуры				
8.35 – 9.00	Подготовка к ОД, самостоятельная деятельность				
ОД (по подгруппам)	9.10-9.20	9.00-9.30	9.10-9.20	9.00-9.30	9.00-9.30
	9.30-9.50	9.40-9.50	9.30-9.50	9.40-9.50	9.40-9.50
9.50 – 10.00	Второй завтрак				
10.00-11. 15	Подготовка к прогулке, прогулка				
11.15 -11.30	Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность				
11.30 -12.00	Подготовка к обеду. Обед				
12.00 -15.00	Подготовка ко сну. Сон				
15.00 -15.15	Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры				
15.15 – 15.25	Подготовка к полднику. Полдник				
15.25 – 16.00	Самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы, игры				
16.00 – 16.30	Подготовка к ужину. Ужин				
16.30-17.00	Подготовка к вечерней прогулке, прогулка				
17.00-18.00	Игры, самостоятельная деятельность, уход детей домой				

Режим дня
1 младшая группа №2
2-3 года

Холодный период Көндәлек режим

ВРЕМЯ ПРОВЕДЕНИЯ	РЕЖИМНЫЙ МОМЕНТ				
6.00-8.00	Прием детей, свободная игра				
8.00-8.10	Утренняя гимнастика				
8.10-8.20	Гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность,				
8.20-8.40	Подготовка к завтраку. Завтрак				
8.20-8.35	Гигиенические процедуры				
8.35 – 9.00	Подготовка к ОД, самостоятельная деятельность				
ОД (по подгруппам)	9.10-9.20	9.00-9.30	9.10-9.20	9.00-9.30	9.00-9.30
	9.30-9.50	9.40-9.50	9.30-9.50	9.40-9.50	9.40-9.50
9.50 – 10.00	Второй завтрак				
10.00-11. 15	Подготовка к прогулке, прогулка				
11.15 -11.30	Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность				
11.30 -12.00	Подготовка к обеду. Обед				
12.00 -15.00	Подготовка ко сну. Сон				
15.00 -15.15	Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры				
15.15 – 15.25	Подготовка к полднику. Полдник				
15.25 – 16.00	Самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы, игры				
16.00 – 16.30	Подготовка к ужину. Ужин				
16.30-17.00	Подготовка к вечерней прогулке, прогулка				
17.00-18.00	Игры, самостоятельная деятельность, уход детей домой				

Режим дня
2 младшая группа № 14
3-4 года

Холодный период Көндәлек режим

ВРЕМЯ ПРОВЕДЕНИЯ	РЕЖИМНЫЙ МОМЕНТ				
6.00-8.00	Прием, осмотр, свободная игра				
8.00-8.10	Утренняя гимнастика				
8.00 – 8.40	Подготовка к завтраку, культурно-гигиенические навыки, дежурство завтрак				
8.40-9.00	Утренний круг				
9.00-9.55	Самостоятельная деятельность, игры, подготовка к ОД, ОД				
ОД	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
	9.15– 9.30 9.40-9.55	8.50.– 9.05 9.25 – 9.40	9.10– 9.35 9.45-10.00	8.50- 9.05 9.15 -9.30	9.00-9.15 9.25-9.40
9.50- 10.00	Второй завтрак				
10.00 – 11.20	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)				
11.20 – 11.30	Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность				
11.30-12.00	Подготовка к обеду. Обед				
12.00-15.00	Подготовка ко сну. Чтение перед сном. Дневной сон				
15.00-15.10	Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры				
15.10 – 15.20	Подготовка к полднику. Полдник				
15.20 – 15.50	Самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы, игры				
15.50- 16.10	Вечерний круг				
16.00-16.30	Подготовка к ужину. Ужин				
16.30 – 17.30	Подготовка к прогулке, прогулка				
17.30 – 18.00	Игры, самостоятельная деятельность, уход детей домой				

РЕЖИМ ДНЯ
СРЕДНЯЯ ГРУППА № 7 (4-5 ЛЕТ)

ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД КӨНДӨЛӨК РЕЖИМ

ВРЕМЯ ПРОВЕДЕНИЯ	РЕЖИМНЫЙ МОМЕНТ				
6.00-8.00	Прием, осмотр, свободные игры, самостоятельная деятельность,				
8.00-8.10	Утренняя гимнастика				
8.15 – 8.40	Подготовка к завтраку, завтрак, дежурство				
8.40 – 9.00	Утренний круг				
ОД 9.00 -9.55	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
	8.45-9.05 9.20-9.40	8.55-9.15 9.25-9.45	8.45-9.05 9.15-9.35	8.55-9.15 9.25-9.45	9.00-9.20 9.30-9.50
9.55- 10.05	Второй завтрак				
10.05– 12.00	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд) возвращение с прогулки				
12.00 – 12.30	Подготовка к обеду. Обед				
12.30-15.00	Подготовка ко сну. Сон				
15.00-15.10	Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры				
15.10 – 15.20	Подготовка к полднику. Полдник				
15.20 – 16.05	Самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы, игры				
16.05 -16.15	Вечерний круг				
16.15-16.40	Подготовка к ужину. Ужин				
16.40 – 17.40	Подготовка к прогулке, прогулка				
17.40 – 18.00	Игры, самостоятельная деятельность, уход детей домой				

РЕЖИМ ДНЯ
СРЕДНЯЯ ГРУППА № 13 (4-5 ЛЕТ)

ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД КӨНДӨЛӨК РЕЖИМ

ВРЕМЯ ПРОВЕДЕНИЯ	РЕЖИМНЫЙ МОМЕНТ				
6.00-8.00	Прием, осмотр, свободные игры, самостоятельная деятельность,				
8.00-8.10	Утренняя гимнастика				
8.15 – 8.40	Подготовка к завтраку, завтрак, дежурство				
8.40 – 9.00	Утренний круг				
ОД 9.00 -9.55	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
	8.55-9.15 9.25-9.45	08.50 -9.10 9.20-9.40	8.55-9.15 9.25-9.45	08.50 -9.10 9.20-9.40	9.00-9.20 9.30-9.50
9.55- 10.05	Второй завтрак				
10.05– 12.00	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд) возвращение с прогулки				
12.00 – 12.30	Подготовка к обеду. Обед				
12.30-15.00	Подготовка ко сну. Сон				
15.00-15.10	Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры				
15.10 – 15.20	Подготовка к полднику. Полдник				
15.20 – 16.05	Самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы, игры				
16.05 -16.15	Вечерний круг				
16.15-16.40	Подготовка к ужину. Ужин				
16.40 – 17.40	Подготовка к прогулке, прогулка				
17.40 – 18.00	Игры, самостоятельная деятельность, уход детей домой				

РЕЖИМ ДНЯ

СТАРШАЯ ГРУППА № 5 (5-6 ЛЕТ)

ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД

КӨНДӨЛӨК РЕЖИМ

ВРЕМЯ ПРОВЕДЕНИЯ	РЕЖИМНЫЙ МОМЕНТ				
6.00 – 6.30	Приём детей, самостоятельная деятельность детей, игры				
6.30 – 7.30	Утренняя прогулка				
7.30 – 7.50	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, подготовка к утренней гимнастике				
7.50 – 8.00	Утренняя гимнастика				
8.00-8.10	Самостоятельная деятельность.Игры				
8.10 – 8.30	Подготовка к завтраку, завтрак				
8.30- 8.40	Утренний круг				
8.40 -10.40. Подготовка к ОД, самост. деятельность	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
	8.40- 9.30	9.30 -10.30	8.40 – 9.00 10.05- 10.40	8.40 – 9.00 9.25 – 10.30	8.40 – 9.00
ОД	9.30 – 9.55 10.00 – 10.55	9.00 – 9.25 10.30-10.50	9.00 – 9.25 9.30 – 9.55	9.00 – 9.25 10.30 -10.55	9.00 – 9.25 9.35 -10.00
9.55– 10.00	Второй завтрак				
10.30 – 12.00	Подготовка к прогулке.Прогулка(игры, наблюдения, труд), возвращение с прогулки				
12.00 -12.30	Подготовка к обеду, обед				
12.30 – 15.00	Подготовка ко сну. Сон				
15.00 -15.10	Пробуждение, воздушные, водные процедуры				
15.10– 15.20	Полдник				
15.20 – 16.10	ОД, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы, игры				
16.10- 16.20	Вечерний круг				
16.20 – 16.40	Подготовка к ужину.Ужин				
16.40 – 17.30	Подготовка к прогулке. Прогулка				
17.30 – 18.00	Игры, самостоятельная деятельность, уход детей домой				

РЕЖИМ ДНЯ

СТАРШАЯ ГРУППА № 10 (5-6 ЛЕТ)

ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД

КОНДЭЛЕК РЕЖИМ

ВРЕМЯ ПРОВЕДЕНИЯ	РЕЖИМНЫЙ МОМЕНТ				
6.00 – 6.30	Приём детей, самостоятельная деятельность детей, игры				
6.30 – 7.30	Утренняя прогулка				
7.30 – 7.50	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, подготовка к утренней гимнастике				
7.50 – 8.00	Утренняя гимнастика				
8.00-8.10	Самостоятельная деятельность.Игры				
8.10 – 8.30	Подготовка к завтраку, завтрак				
8.30- 8.40	Утренний круг				
8.40 -10.40.	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Подготовка к ОД, самост. деятельность	8.40 – 9.00	8.40 – 9.00 9.25 – 10.00	8.40 – 9.00 9.30 – 10.00	8.40 – 9.00 9.25 – 10.00	8.40 – 9.00
ОД	9.00 – 9.50 10.00– 10.25	9.00 – 9.25 10.00 -10.25	9.05 – 9.30 10.00- 10.25	9.00 – 9.25 10.00-10.25	9.00 – 9.25
09.50– 10.00	Второй завтрак				
10.30 – 12.00	Подготовка к прогулке.Прогулка(игры, наблюдения, труд), возвращение с прогулки				
12.00 -12.30	Подготовка к обеду, обед				
12.30 – 15.00	Подготовка ко сну. Сон				
15.00 -15.10	Пробуждение, воздушные, водные процедуры				
15.10– 15.20	Полдник				
15.20 – 16.10	ОД, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы, игры				
16.10- 16.20	Вечерний круг				
16.20 – 16.40	Подготовка к ужину.Ужин				
16.40 – 17.30	Подготовка к прогулке. Прогулка				
17.30 – 18.00	Игры, самостоятельная деятельность, уход детей домой				

РЕЖИМ ДНЯ

СТАРШАЯ ГРУППА № 6 (5-6 ЛЕТ)

ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД

КӨНДӨЛӨК РЕЖИМ

ВРЕМЯ ПРОВЕДЕНИЯ	РЕЖИМНЫЙ МОМЕНТЫ				
6.00 – 6.30	Приём детей, самостоятельная деятельность детей, игры				
6.30 – 7.30	Утренняя прогулка				
7.30 – 7.50	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, подготовка к утренней гимнастике				
7.50 – 8.00	Утренняя гимнастика				
8.00-8.10	Самостоятельная деятельность. Игры				
8.10 – 8.30	Подготовка к завтраку, завтрак				
8.30- 8.40	Утренний круг				
8.40 -10.40.	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Подготовка к ОД, самост. деятельность	8.40 – 9.00	8.40 – 9.00 9.25 – 10.00	8.40 – 9.00 9.30 – 10.00	8.40 – 9.00 9.25 – 10.00	8.40 – 9.00
ОД	9.00 – 9.25 9.35-10.00	9.00 – 9.25 09.30 -09.55	08.50 – 9.15 9.30-09.55	9.00 – 9.25 9.35- 10.00	9.00 – 9.25
09.50– 10.00	Второй завтрак				
10.30 – 12.00	Подготовка к прогулке. Прогулка(игры, наблюдения, труд), возвращение с прогулки				
12.00 -12.30	Подготовка к обеду, обед				
12.30 – 15.00	Подготовка ко сну. Сон				
15.00 -15.10	Пробуждение, воздушные, водные процедуры				
15.10– 15.20	Полдник				
15.20 – 16.10	ОД, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы, игры				
16.10- 16.20	Вечерний круг				
16.20 – 16.40	Подготовка к ужину. Ужин				
16.40 – 17.30	Подготовка к прогулке. Прогулка				
17.30 – 18.00	Игры, самостоятельная деятельность, уход детей домой				

РЕЖИМ ДНЯ
ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ К ШКОЛЕ ГРУППА № 8 (6-7 ЛЕТ)

ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД

КӨНДӨЛӨК РЕЖИМ

6.00–6.30	Приём детей, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей				
6.30 -7.30	Утренняя прогулка.Подвижные игры				
7.30 – 7.50	Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей				
7.50 -8.00	Подготовка к утренней гимнастике				
8.00-8.10	Утренняя гимнастика				
8.10 – 8.30	Подготовка к завтраку. Завтрак				
8.30 -8.50	Утренний круг				
8.50-9.00	Самостоятельная деятельность,подготовка к ОД				
ОД	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
	9.00-9.30	9.00-9.30	9.00-9.30	9.10-9.40	9.00-9.30
	9.40- 10.10	9.40-10.10	10.25 – 10.55	9.50-10.20	9.40 –10.10
	12.00 – 12.30	10.25 – 11.10			
9.30-9.40	Второй завтрак				
Самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	10.20 -11.50 ПРОГУЛКА	10.10- 10.25	9.30 – 10.25	10.20- 11.10	
11.10 – 12.00	Подготовка к прогулке,прогулка(игры, наблюдения, труд),возвращение с прогулки				
12.00 -12.30	Подготовка к обеду, обед				
12.30 – 15.00	Подготовка ко сну. Сон				
15.00 -15.10	Пробуждение, воздушные, водные процедуры				
15.10 – 15.20	Полдник				
15.20 – 16.20	ОД, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы, игры				
16.20-16.30	Вечерний круг				
16.30 – 16.45	Подготовка к ужину.Ужин				
16.45 – 17.40	Подготовка к прогулке. Прогулка				
17.40 – 18.00	Игры, самостоятельная деятельность, уход детей домой				

РЕЖИМ ДНЯ
ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ К ШКОЛЕ ГРУППА № 9 (6-7 ЛЕТ)

ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД

КӨНДӨЛӨК РЕЖИМ

6.00–6.30	Приём детей, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей				
6.30 -7.30	Утренняя прогулка.Подвижные игры				
7.30 – 7.50	Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей				
7.50 -8.00	Подготовка к утренней гимнастике				
8.00-8.10	Утренняя гимнастика				
8.10 – 8.30	Подготовка к завтраку. Завтрак				
8.30 -8.50	Утренний круг				
8.50-9.00	Самостоятельная деятельность,подготовка к ОД				
ОД	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
	9.00-9.30	9.05-9.35	9.00-9.30	9.00-9.30	9.00-9.30
	9.40-10.10	9.35-10.05	9.40 – 10.10	9.50-10.20	9.40 –10.10
	10.25-10.55	10.50 – 11.20	12.00 – 12.30	10.50 – 11.20	
9.30-9.40	Второй завтрак				
Самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	10.10- 10.25	10.05- 10.50	10.10 -11.50 ПРОГУЛКА	10.20-10.50	10.10-10.20
11.10 – 12.00	Подготовка к прогулке,прогулка(игры, наблюдения, труд),возвращение с прогулки				
12.00 -12.30	Подготовка к обеду, обед				
12.30 – 15.00	Подготовка ко сну. Сон				
15.00 -15.10	Пробуждение, воздушные, водные процедуры				
15.10 – 15.20	Полдник				
15.20 – 16.20	ОД, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы, игры				
16.20-16.30	Вечерний круг				
16.30 – 16.45	Подготовка к ужину.Ужин				
16.45 – 17.40	Подготовка к прогулке. Прогулка				
17.40 – 18.00	Игры, самостоятельная деятельность, уход детей домой				

РЕЖИМ ДНЯ

ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ К ШКОЛЕ ГРУППА № 11 (6-7 ЛЕТ)

ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД

КӨНДӨЛӨК РЕЖИМ

6.00–6.30	Приём детей, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей				
6.30 -7.30	Утренняя прогулка.Подвижные игры				
7.30 – 7.50	Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей				
7.50 -8.00	Подготовка к утренней гимнастике				
8.00-8.10	Утренняя гимнастика				
8.10 – 8.30	Подготовка к завтраку. Завтрак				
8.30 -8.50	Утренний круг				
8.50-9.00	Самостоятельная деятельность,подготовка к ОД				
ОД	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
	9.00-9.30	08.50-9.20	9.00-9.30	9.00-9.30	9.00-9.30
	9.50-10.20	9.30-10.00	9.50 – 10.20	9.40-10.10	9.40 –10.10
	10.30-11.00	10.15-10.45	10.30 – 11.00	10.55 – 10.45	
9.30-9.40	Второй завтрак				
Самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	9.30- 9.50		9.30- 9.50	10.10- 10.55	
11.10 – 12.00	Подготовка к прогулке,прогулка(игры, наблюдения, труд),возвращение с прогулки				
12.00 -12.30	Подготовка к обеду, обед				
12.30 – 15.00	Подготовка ко сну. Сон				
15.00 -15.10	Пробуждение, воздушные, водные процедуры				
15.10 – 15.20	Полдник				
15.20 – 16.20	ОД, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы, игры				
16.20-16.30	Вечерний круг				
16.30 – 16.45	Подготовка к ужину.Ужин				
16.45 – 17.40	Подготовка к прогулке. Прогулка				
17.40 – 18.00	Игры, самостоятельная деятельность, уход детей домой				